

Esta talla ya no me queda para nada. MyPyramid puede ayudarle a escoger los alimentos y las cantidades que son correctas para usted. Para un estimado rápido de que y cuanto necesita comer vaya a MyPyramid.gov. Usted necesitara proporcionar su edad, sexo, y nivel de actividad cuando vaya a MyPyramid Plan.



La elección de sus alimentos y actividad física afectan su salud cada día – como se siente hoy, mañana y en el futuro.

Encuentre su balance entre sus alimentos y actividad física. Conozca los límites en grasa, azúcar y sal.

Visite MyPyramid.gov

FoodShare WISCONSIN

A Recipe for Good Health



State of Wisconsin
Department of Health and Family Services
Division of Health Care Financing

Esta institución provee igualdad de oportunidades.

Si tiene preguntas acerca de derechos civiles, llame al (608) 266-9372 (voz) o al (888) 701-1251 (TTY) o, de acuerdo con Leyes Federales y pólizas del U.S. Department of Agriculture, esta institución tiene prohibido discriminar por motivos de raza, color, origen, sexo, edad, religión, creencias políticas, o incapacidad. Para presentar una queja de discriminación, escriba a USDA, Director, Office of Civil Rights, Room 326-W, Whitten Building, 1400 Independence Avenue, SW, Washington, D.C. 20250-9410 o llame al (800) 795-3272 (voz) o al (202) 720-6382 (TDD). USDA es un proveedor y empleador que da igualdad de oportunidades.

PHC 16063S (Rev. 10/05)



FoodShare hace a Wisconsin más saludable



¿Qué es el Programa FoodShare Wisconsin?

El Programa FoodShare Wisconsin ayuda a la gente de escasos ingresos o sin ningún ingreso a comprar comida.

¿Cómo obtengo beneficios de FoodShare?

Solicite ante la agencia local de servicios humanos o sociales de su condado o tribu. Comuníquese con Recipient Services al 1-800-362-3002 para la dirección o número de teléfono de la agencia local de servicios humanos o

sociales de su condado o tribu.

Llame a la oficina de FoodShare para fijar una cita con un empleado. Pregunte que papeles necesita llevar. Estos pueden incluir comprobantes de pago, facturas de renta o pago de casa y servicios públicos, y facturas por concepto de cuidado de menores o personas de 60 años o mayores.

En la oficina de FoodShare, usted hablará con un empleado, resolverá algunas preguntas y firmará algunos papeles. Si usted no puede ir a la oficina de FoodShare, puede enviar a un pariente o amigo para hablar con el empleado; o usted puede hablar con el empleado por teléfono. Para más información acerca de estas opciones, comuníquese con el departamento local o de servicios humanos o sociales de su condado/tribu.

Si vivo con mi familia y otras personas, ¿Puedo obtener beneficios de FoodShare sólo para mí?

Las personas que viven juntas y que compran y preparan alimentos juntos son clasificados como una "familia". Maridos y esposas y la mayoría de personas menores de 22 años deben ser considerados como una familia.

¿Tendré que obtener un número de seguro social?

Sí, usted debe tener o deberá obtener un número de seguro social para cada miembro de la familia que esté solicitando beneficios de FoodShare. No todos los miembros de la

familia tienen que tomar parte del programa. Una persona que no quiera recibir beneficios de FoodShare no tiene que dar el número de Seguro Social, pero sí tiene que dar su información económica.

¿Pueden los residentes legales sin ciudadanía obtener beneficios de FoodShare?

Muchos residentes legales sin ciudadanía podrían ser elegibles para obtener beneficios de FoodShare. Hable con un empleado de FoodShare al respecto. Aún si usted no puede obtener beneficios de FoodShare, los miembros de su familia nacidos en este país sí pueden. Obtener beneficios de FoodShare no lo afectará si usted quiere obtener la ciudadanía.

¿Puedo obtener ayuda si no estoy trabajando?

Sí. Si usted tiene la capacidad de trabajar, podría tener que buscar un trabajo, tomar una oferta de trabajo o asistir a un programa de adiestramiento.

¿Cuánto ingreso podemos tener?

La mayoría de los ingresos cuentan. Luego de añadir todo ingreso contable en su familia, se restan de su ingreso bruto (ingreso antes de deducciones) mensual ciertas deducciones reportadas tales como gastos de vivienda, gastos de cuidado de niños, sostenimiento de menores que se ha pagado, etc. para así se determina su ingreso neto. La cantidad de beneficios de FoodShare se basa en el número de personas en su familia y el total de su ingreso neto mensual.

Desde el 1ro de octubre de 2005 hasta el 30 de septiembre del 2006, los límites de ingresos mensuales son los siguientes:

People in Household	Gross Monthly Income*	NetMonthly Income*
1	\$1,596	\$ 798
2	2,140	1,070
3	2,682	1,341
4	3,226	1,613
5	3,770	1,885
6	4,312	2,156
7	4,856	2,428

¿Cuales son las deducciones permitidas?

- 20 por ciento del pago por ingreso devengado;
- una deducción fija de \$134;*
- Gastos médicos por encima de \$35 al mes para miembros de 60 años o mayores o incapacitados;
- Ciertos costos de sostenimiento de dependientes cuando son necesarios para adiestramiento, educación, o trabajo, pero no más de \$200 por cada niño menor de 2 años y no más de \$175 por cada otro dependiente;
- Deuda legal por concepto de sostenimiento de menores; y
- Un porcentaje de los costos de vivienda.

* Algunos hogares grandes obtendrán una deducción mas alta.

People in Household	Maximum Monthly Allotment
1	\$152
2	278
3	399
4	506
5	601
6	722
7	798

Para ver si usted puede ser elegible, vaya a la página electrónica access.wisconsin.gov. Conteste las preguntas. Si parece que usted es elegible, se le proveerá un estimado de la cantidad de beneficios. Para se elegible usted tendrá que solicitar ante la agencia de servicios humanos o sociales de su condado/tribu.

¿Son los cupones de alimentos dinero en efectivo?

No. Los beneficios de FoodShare vienen en una tarjeta plástica llamada "Wisconsin Quest Card", la cual usa como una tarjeta de banco. La mayoría de las tiendas de comida aceptan la "Wisconsin Quest Card".

¿Qué debo hacer si tengo más preguntas?

Comuníquese comuníquese con Recipient Services al 1-800-362-3002, o visite nuestra página electrónica dhfs.wisconsin.gov/FoodShare.